Ce ne-am propus PENTRU ANUL 1964

În ultimii ani, sportul de performanță din țara noastră cunoaște o ascensiune continuă. La numeroase discipline, sportivii romîni au obținut victorii de prestigiu și au înregistrat rezultate de certă valoare internațională. Toate acestea s-au datorat condițiilor materiale create, ca și pregătirilor metodice efectuate. În unele sporturi însă, cu toate condițiile bune existente, valoarea atinsă de sportivi nu este cea așteptată. Așa este cazul la natație, canotaj academic, haltere etc. În dorința de a cunoaște și a aduce la cunoștința cititorilor noștri unele din măsurile luate de federațiile de resort pentru creșterea performanțelor și la aceste sporturi, ne-am adresat unor activiști sportivi. Le dăm cuvîntul:

ANTON BĂLAN, SECRETAR AL F.R.S.N.:

„Atenție deosebită selecționării elementelor pentru canotajul academic"

Activitatea din decursul anului trecut, în principalele ramuri ale sporturilor nautice, ne-a arătat o rămînere în urmă a canotajului academic, în comparație cu caiacul și canoea. Aceasta a determinat biroul F.R.S.N. să ia o serie de măsuri în scopul îmbunătățirii activității în canotajul academic.

Prima măsură pe care am luat-o a fost aceea de a îmbunătăți munca de instruire și control la nivelul secțiilor de sporturi nautice din cluburi și asociații sportive. In ultimul timp, activul federației urmărește atent felul cum se desfășoară pregătirile de iarnă în secții, îndrumîndu-le îndeaproape. In afara activiștilor federației au fost trimiși la secții și unii antrenori ai loturilor republicane care să ajute la buna desfășurare a muncii de instruire. La Timișoara și Arad, de exemplu, activiștii federației au stat mai multe zile. Antrenorii din aceste orașe, care au dat în anii trecuți multe elemente de bază loturilor reprezentative, au luat parte la o consfătuire metodică, în cadrul căreia au fost dezbătute cele mai noi metode de antrenament.

Cu acest prilej au fost prezentate referate despre: *„Sarcinile și orientarea metodică pe 1964"* (B. Anton), *„Metode și mijloace de pregătire în etapa competițională"* (I. Bulugioiu), *„Folosirea apei curgătoare în pregătirea vîslașilor"* (Paul Barcani) ș.a.

O atenție deosebită vom acorda pe viitor selecției elementelor pentru canotajul academic. Ne îndreptăm atenția către elemente tinere, născute în 1942 și în anii următori, cu date segmentare corespunzătoare, elemente pe care le vom trece prin riguroase probe de control a calităților fizice. Un exemplu: pentru seniori înălțimea minimă trebuie să fie 1,78 m iar pentru juniori 1,76 m; la fete, 1,66 m la senioare și 1,64 m la junioare. In această primăvară vom organiza probe de control la 29 martie și 5 aprilie în București și între 1 și 12 aprilie în provincie. Cluburile Dinamo și Steaua au și organizat concursuri de selecție pentru descoperirea unor tineri și tinere bine dotați fizic.

Socotim că va da bune rezultate în ceea ce privește selecționarea și pregătirea tinerelor cadre și măsura luată de a se introduce în calendarul competițional concursuri pentru două categorii de vîrstă la juniori: una de 16—17 ani și alta de 18—19 ani.

Pentru a stimula munca antrenorilor care ridică elemente de valoare, preconizăm ca în viitor, atunci cînd anumite echipaje sînt selecționate în loturile reprezentative, antrenorul lor să continue să le antreneze, în calitate de antrenor al lotului republican.

Mai vreau să arăt că pentru continua îmbunătățire a procesului de instruire în toate secțiile de canotaj academic din țară, F.R.S.N. va difuza o serie de materiale tehnice de specialitate.

CONSTANTIN MIHAI, SECRETAR GENERAL ADJUNCT AL F.R.N.:

„Munca organizatorică susținută și pregătirea metodică pot contribui la stimularea performanțelor"

Federația noastră a luat o serie de măsuri pentru a îmbunătăți substanțial activitatea la natație și a stimula realizarea de performanțe. In primul rînd, întregul sistem de pregătire a sportivilor din toate secțiile de natație are la bază principii metodice moderne. Aceste principii vor fi susținute de măsuri organizatorice precis definite: a. pregătirea sportivilor fruntași se va face pe categorii de vîrstă (în acest sens munca antrenorilor a fost profilată pe ramuri și categorii de vîrstă); b. loturile de copii, juniori și seniori la polo, copii, speranțe și seniori la înot, speranțe și seniori la sărituri, se pregătesc sub conducerea celor mai buni antrenori, pe tot parcursul anului.

Această formă de pregătire la care iau parte numai sportivii selecționați urmărește, în principal, să determine însușirea celor mai corecte elemente tehnice cerute în cele trei ramuri, a unei tactici ofensive la polo, a săriturilor cu coeficient mare.

Instruirea permanentă a cadrelor tehnice (antrenori, profesori de educație fizică) este o altă măsură menită să împrospăteze cunoștințele acestora asupra metodelor variate de pregătire. Cursurile organizate pe lîngă ICF, consultările și schimbul de experiență cu antrenorii străini, literatura și publicațiile de specialitate, sînt cîteva din formele folosite în acest scop.

Lărgirea bazei materiale (în ultimii doi ani natația a căpătat un bazin acoperit la Galați, s-a refăcut bazinul acoperit de la Oradea, s-a construit un nou bazin modern în București, cel de la „Dinamo" etc.) va contribui fără discuție la intensificarea și prelungirea antrenamentelor, corespunzător cerințelor actuale.

In sfîrșit, numeroase întreceri interne și internaționale, eșalonate pe o perioadă mai lungă de timp, constituie și ele stimulente puternice care vor influența atît pregătirea, cît și obținerea de rezultate superioare.

Competițiile vor fi organizate în mai multe localități:

— „internaționalele" de înot, polo și sărituri, la București;

— „internaționalele" de înot pentru juniori la Mamaia;

— cursa de mare fond pe Dunăre, la Galați;

— jocuri de polo, la Cluj etc.

Prin aceste măsuri la care se vor adăuga, desigur, și altele, există mari posibilități ca natația romînească să urce multe trepte în ierarhia internațională.

GH. MĂNĂILESCU, ANTRENOR LA LOTUL OLIMPIC ȘI LA CLUBUL STEAUA

„În urma măsurilor luate halterofilii noștri vor obține rezultate mai bune"

În haltere, performanțele au rămas în urmă față de nivelul actual internațional. În consecință, federația de haltere și colegiul de antrenori au elaborat o serie de măsuri concrete pentru ca halterofilii să obțină în acest an rezultate superioare. La începutul anului s-a trecut la individualizarea antrenamentelor, urmărindu-se dezvoltarea forței și îmbunătățirea tehnicii la mișcările clasice. În acest scop, halterofilii din lotul olimpic vor face 8 antrenamente pe săptămînă în loc de 5 cîte făceau anul trecut. Acest program va fi menținut în tot timpul anului, bineînțeles cu intensitatea specifică perioadelor respective. Pentru a avea un control permanent asupra stadiului de pregătire, halterofilii fruntași vor participa cu regularitate la intervale de 10—14 zile la concursuri de verificare în care se va urmări înregistrarea unor rezultate superioare. Pînă la Jocurile Olimpice, planul de antrenament prevede două etape importante de verificare a formei sportivilor: prima în iunie (meciul cu Franța de la București) și a doua în august (Campionatele europene de la Helsinki). Pentru ca rezultatele halterofililor fruntași să crească necontenit, ridicîndu-se la o valoare internațională, au fost modificate o serie de norme olimpice: de pildă, la categ. semigrea, norma de participare a fost corectată de la 445 kg la 455 kg, la „mijlocie", de la 415 kg la 430 kg, la „cocoș", de la 310 kg la 320 kg etc.

Și la clubul Steaua unde sînt antrenor am luat o serie de măsuri concrete: să mărim cu 2 halterofili numărul maeștrilor sportului, cu 2 numărul sportivilor de categoria I, cu 6 a celor de categoria a II-a, cu 10 a juniorilor clasificați. Ne propunem ca în acest an să depășim 10 recorduri republicane de seniori. În fine, trecerea probelor de control ale sportivilor din secția de haltere a clubului Steaua va fi obligatorie din două în două luni, iar pentru cei din lotul olimpic în fiecare lună.

În urma acestor măsuri luate sînt convins că halterofilii noștri vor obține în acest an rezultate cu mult mai bune. Rămîne însă o obligație permanentă pentru toți halterofilii: multă muncă, multă conștiinciozitate și respectarea vieții sportive.

Fără îndoială că ridicarea performanțelor sportive trebuie să constituie un obiectiv permanent în activitatea secțiilor, în munca antrenorilor. Și acest lucru se poate realiza foarte bine dacă vor fi folosite toate posibilitățile. Nu este întîmplător faptul că în materialul de față ne ocupăm de măsurile care s-au luat la natație, canotaj academic și haltere, sporturi unde au fost create condiții, dar unde nu a existat suficientă preocupare pentru ca procesul de instruire al fruntașilor să se desfășoare conform principiilor moderne de pregătire. Așa se explică și o serie de rezultate slabe. Măsurile luate subliniază hotărîrea federațiilor de resort pentru eliminarea lipsurilor de pînă acum, pentru ca performanțele să crească necontenit, să ajungă la nivelul celor atinse pe plan internațional. Pentru aceasta este necesar ca munca de îndrumare și control să fie intensificată, ca sarcinile ce revin fiecăruia să fie concrete. Aceasta este valabil pentru toate ramurile sportive.

Un rol deosebit de important în ridicarea performanțelor îl are participarea conștientă a sportivilor la antrenamente. Colaborarea antrenor-sportiv trebuie să fie eficientă, aducîndu-și astfel contribuția la crearea unui climat favorabil de muncă. In asemenea condiții, roadele activității susținute nu vor întîrzia să apară. sportivii noștri sînt capabili să obțină performanțe de valoare.

Programul MANIFESTAȚIILOR SPORTIVE DIN CAPITALĂ

SIMBATA

VOLEI: **sala C.P.B.,** de la ora 16,30: Tricotajul roșu — Confecția (f), Confecția — Semănătoarea (b) — finala „Cupei orașului București"; Rapid — Dinamo (b), meci în „Cupa R.P.R.".

BOX: **sala Dinamo,** de la ora 19: Dinamo — Progresul; **sala Vulcan,** de la ora 19: campionatul de juniori al Capitalei.

HANDBAL: **sala Dinamo,** ora 11,30: Steaua — Dinamo Bacău (meci în cadrul „Cupei F.R.H." — retur).

TENIS DE MASĂ: **sala Floreasca:** de la ora 9 și ora 17,30, concurs internațional.

NATAȚIE: **Bazinul Floreasca:** ora 20,30: „Cupa 16 Februarie" la polo.

DUMINICA

VOLEI: **sala C.P.B.,** de la ora 9,00: Voința Craiova — Dinamo (f), Progresul — Știința Cluj (f), C.P.B. — C.S.M. Cluj (f).

BASCHET: **sala Giulești,** de la ora 9: Unirea — Mureșul Tg. Mureș (f) și Rapid — Știința Cluj (f) — meciuri în cadrul campionatului republican, seria I.

RUGBI: **stadionul Unirea** (șos. Olteniței), ora 10,00: Steaua — Unirea; ora 11,15: Gloria — Precizia Săcele; ora 14,30: Grivița Roșie — Rapid; ora 15,45: Dinamo — Progresul (meciuri în cadrul etapei I a „Cupei 6 Martie").

BOX: **sala Vulcan,** de la ora 10,00: campionatul de juniori al Capitalei.

ATLETISM: **sala Floreasca II,** de la ora 9: concurs dotat cu „Cupa 16 Februarie"; ora 11: concurs de cros, în împrejurimile sălii, în cadrul aceleiași competiții.

FOTBAL: **stadionul Giulești,** de la ora 9,30: Rapid (juniori) — T.U.G.; ora 11: Rapid — Steagul roșu. **Teren Ghencea,** ora 11: Steaua — Unirea Răcari. **Stadionul Dinamo,** teren II: Dinamo Victoria — Electronica.



TENIS DE MASĂ: **sala Floreasca:** de la ora 9,30 și ora 17, concurs internațional.

NATAȚIE: **Bazinul Floreasca:** ora 9: „Cupa 16 Februarie" la înot; ora 11: jocuri de polo în cadrul Campionatului orășenesc.

BOX

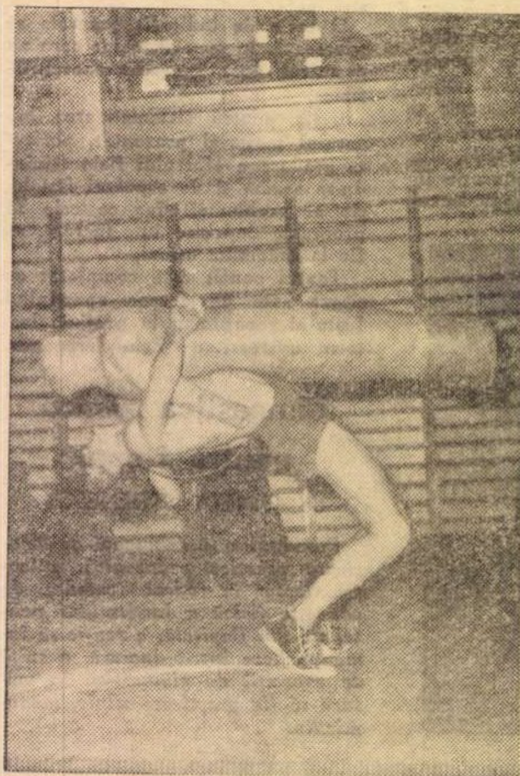
Campionatul de juniori al orașului Oradea

● Zilele acestea, peste 30 de tineri pugiliști s-au întrecut pentru cucerirea titlului de campion al orașului Oradea. Cu prilejul acestor întreceri s-au evidențiat o serie de juniori talentați ca **F. Codeus, A. Muțiu, Gh. Coșting.** In urma meciurilor disputate au fost desemnați campioni următorii boxeri: cat. hîrtie: **I. Balog**; cat. muscă: **F. Codeus**; cat. cocoș: **A. Muțiu**; cat. pană: **A. Borosznai**; cat. semiușoară: **C. Frumușelu**; cat. ușoară: **H. Fridman**; cat. semimijlocie: **C. Marțian**; cat. mijlocie mică: **A. Kincseș**; cat. mijlocie: **C. Pereș**; cat. semigrea: **Gh. Coșting**; cat. grea; **A. Binder.** — Ilie Ghișa — coresp. reg.

LUPTE

O nouă formulă a campionatului pe echipe

Campionatul republican de lupte pe echipe a angrenat în anul 1963, într-o activitate continuă, 32 de formații de lupte clasice și libere. Analiza activității pe anul care a trecut a scos în evidență însă faptul că a existat o diferența prea mare de valoare între echipele situate în prima parte a clasamentului și cele din partea a doua, acestea din urmă prezentîndu-se necorespunzător unei întreceri între echipe fruntașe. Pentru remedierea acestei situații, pentru creșterea nivelului tehnic în aceste discipline, biroul Federației romîne de lupte a luat măsuri ca în acest an campionatele republicane pe echipe să se desfășoare după un nou sistem. Astfel, luptătorii se vor întrece în cadrul **campionatului categoriei A, a categoriei B, precum și în cadrul campionatului de calificare pentru promovare în categoria B.** Intrecerile vor avea loc atît la „libere" cît și la „clasice". Forul de specialitate a hotărît, de asemenea, organizarea pe două serii a cîte 12 echipe a campionatului categoriei A, adică o serie de lupte clasice și una de lupte libere, renunțîndu-se astfel la întocmirea clasamentului general prin cumularea punctelor de la cele două stiluri. Formula de desfășurare a întrecerilor va fi următoarea: **vor avea loc cinci etape în turul campionatului și cinci în retur pe grupe de cîte 3 sau 4 echipe la fiecare etapă. Intîlnirile din prima parte a campionatului vor cuprinde 4 etape a 4 grupe formate din cîte trei echipe și o etapă cu trei grupe formată din patru echipe, pentru ambele stiluri.** Returul campionatului se va desfășura după aceeași formulă.



La antrenament...

In anul 1964 fiecare serie va fi formată din primele 12 echipe stabilite de clasamentul campionatului republican din anul 1963, la fiecare stil aparte. **LUPTE CLASICE: Dinamo București, Steaua, Steagul roșu Brașov, Metalul Buc., A.S.M. Lugoj, C.S.O. Galați, Unio Satu Mare, Rapid Buc., Chimistul Baia Mare, C.S.M. Reșița, Progresul Buc. și C.F.R. Timișoara. LUPTE LIBERE: Steaua, Steagul roșu Brașov, Dinamo, Mureșul Tg. Mureș,** Rulmentul Brașov, C.F.R. Timișoara, **Progresul** Buc., Rapid, **Vagonul Arad, A.S.M. Lugoj, C.S.O. Galați și C.S.M. Reșița.**

Echipele clasate pe locurile 11 și 12 la fiecare stil vor retrograda în campionatul categoriei B.

Campionatul republican pe echipe categoria B se va organiza sistem turneu (numai tur) pe două serii geografice, fiecare cuprinzînd cîte 8 echipe la fiecare stil. Seriile vor fi formate astfel: **SERIA I LUPTE CLASICE: Electroputere Craiova, Viitorul Buc., Petrolul Ploiești, I.M.U. Medgidia, Carpați Sinaia, Vulturul Tulcea, Dinamo Pitești și C.S.M.S. Iași; SERIA A II-A: Vagonul Arad, Rulmentul Brașov, Mureșul Tg. Mureș, Constructorul Hunedoara, C.S.M. Cluj, Crișul Oradea, Independența Sibiu și Constructorul Marghita.** Intrecerile vor avea loc la 19 aprilie, 3 mai, 24 mai, 7 iunie, 21 iunie, 5 iulie și 19 iulie. **LUPTE LIBERE SERIA I: Electroputere Craiova, Metalul Buc., Petrolul Ploiești, Viitorul Buc., I.M.U. Medgidia, Metalul Tîrgoviște, Cimentul Bicaz și Progresul Brăila; SERIA A II-A: Unio Satu Mare, Chimistul Baia Mare, Crișul Oradea, Constructorul Hunedoara, C.S.M. Cluj, Metalul Bocșa Romînă, Jiul Petrila, Autosport Sf. Gheorghe.** Intrecerile vor avea loc la 12 aprilie, 26 aprilie, 10 mai, 31 mai, 14 iunie, 28 iunie și 12 iulie. La terminarea campionatului, echipele clasate pe locul I la fiecare serie și stil vor promova în campionatul categoriei A. De asemenea, formațiile clasate pe locurile 8 la fiecare serie și stil vor retrograda în campionatul de calificare.

Campionatul de calificare se va organiza pe zone de regiuni și va desemna cîte două echipe la fiecare stil care vor promova în campionatul categoriei B.

Considerăm că măsura luată de federație este foarte bună. Este de datoria tuturor echipelor să se pregătească cu conștiinciozitate, să se prezinte cît mai bine chiar de la prima etapă a campionatului, acordînd importanța cuvenită ambelor stiluri de luptă.